'SONATA DE OUTONO' É UMA DAS OBRAS DE BERGMAN EM MOSTRA NO CCBB {pág 09}

ALANIS TIRA ATRASO DE QUATRO ANOS E LANÇA NOVO CD EM AGOSTO {pág 09}

MALHAÇÃO

PERSONAL ENTREGA OS PODERES DE THOR {pág 12}

metro®

RIO DE JANEIRO
Segunda-feira,
7 de maio de 2012
Edição nº 390, ano 2

Mín 17°C
Máx 30°C

Flamengo, Catete e Glória ganham UOP

Nova Unidade de Ordem Pública terá 330 guardas municipais patrulhando bairros 24h ▶ Trânsito desordenado e usuários de crack nas ruas são reclamações de moradores ▶ Méier e Campo Grande recebem próximas unidades {pág 03}

Bem na foto

▶ Fred marcou o gol de empate do Flu, uma pintura, de bicicleta, que abriu o caminho para a goleada humilhante sobre o Botafogo

DHAVID NORMANDO/PHOTOCAMERA

Flu coloca a mão na taça

▶ Tricolor goleia o Botafogo por 4 a 1 e pode até perder por 2 a 0, domingo, no segundo jogo da decisão do Campeonato Carioca, novamente no Engenhão {pág 14}

Eleições na França

Hollande derrota Sarkozy

▶ Socialista promete diminuir a dívida pública {pág 08}

Tire as dúvidas sobre poupança

Imposto de Renda e taxa de administração são decisivos na escolha do investimento {pág 06}

CPI terá sala antivazamento

Bunker visa garantir segredos de Justiça {pág 05}

Fotos

PAULA GIOLITO/FOLHAPRESS

A polícia segue investigando quem chantageou e publicou na internet as fotos íntimas da atriz Carolina Dieckmann. De acordo com o advogado da artista, Antônio Carlos de Almeida Castro, o site pornográfico que divulgou as fotos está hospedado em Londres, mas já admitiu retirá-las do ar. Hoje, a atriz deporá na Delegacia de Repressão aos Crimes de Informática (DRCI). Segundo o advogado, um inquérito está sendo feito para descobrir o autor das chantagens. Entretanto, o advogado acredita que os responsáveis pelo site também devem ser julgados.

Cotações

Dólar
+ 0,73% (R$ 1,92)

Euro
- 0,78% (R$ 2,47)

Bovespa
- 2,07% (60.820 pts)

Selic (9%)

Salário mínimo (R$ 622)

Abaixo-assinado

▶ Moradores da zona sul protestam contra a grande movimentação de helicópteros na região

LUIZ ROBERTO LIMA/FUTURA PRESS

Protesto contra o barulho

Moradores da zona sul realizaram, ontem, uma manifestação contra o elevado número de voos de helicópteros na Lagoa. O movimento "Rio Livre de Helicópteros sem Lei", que reúne 3.000 assinaturas no abaixo-assinado, pede que sejam adotados novos procedimentos para pouso e decolagem na região. Segundo o movimento, nos últimos cinco anos, dobrou o número de helicópteros sobrevoando a área.

Hemorio convoca doadores

O Hemorio convoca a população para que doe sangue nesta semana. O motivo é a queda no número de comparecimentos, que compromete o abastecimento em mais de 180 hospitais atendidos pelo instituto. Para doar sangue é necessário estar bem de saúde, ter entre 16 e 67 anos (jovens com 16 e 17 anos podem doar com autorização dos pais ou responsáveis), pesar mais de 50 quilos e levar um documento oficial de identidade com foto. METRO RIO

Assaltante é preso na praia

▶ DVD é suspeito de ter assaltado apartamento do vice-governador

Foi preso ontem um suspeito de ter participado do assalto ao apartamento do vice-governador do Rio, Luiz Fernando Pezão, na madrugada do último dia 30, no Leblon.

David Batista dos Santos Camelo, de 27 anos, conhecido como DVD, foi capturado na praia de São Conrado, zona sul do Rio. Ele também teria atuado em outros assaltos na mesma região.

DVD, que é morador da Rocinha, em São Conrado, vinha sendo monitorado desde o início do ano.

Segundo o Batalhão do Leblon (23º), contra o suspeito havia seis mandados de prisão, quatro por furto e dois por roubo.

A principal hipótese da polícia é de que ele e outros criminosos estejam utilizando a mata que fica atrás da Rocinha como acesso às casas que ficam em partes altas da região. METRO RIO

Thor fica sem Ferrari

De acordo com o 31º BPM (Barra da Tijuca). uma Ferrari de Thor Batista, filho do empresário Eike Batista, foi apreendida ontem, em uma blitz do Detran na Barra da Tijuca, sem a placa dianteira. Segundo a polícia, o carro foi levado para um depósito do Detran. METRO RIO

Depois da política nacional, é hora da fluminense entrar em transe. O governador Sérgio Cabral viajou mais de 100 vezes, em cinco anos e quatro meses de governo. No entanto, a publicação de imagens de uma só delas, no blog de Garotinho, estremeceu o seu governo.

Como foi possível tudo isso? Não me refiro à publicação das imagens, mas sim ao silêncio sobre as viagens de Cabral.

No momento, todos correm atrás. Deputados fazem requerimentos perguntando os objetivos da viagem e quem a financiou. Outros querem fazer vigorar um preceito da constituição estadual que obriga o governador a pedir licença para viajar. Na prática, isto não teria impedido as viagens de Cabral, pois ele tem maioria. Mesmo a oposição, em muitos casos, apoiaria o pedido. O único saldo é a transparência .

O problema de Cabral não é só a viagem, mas quem viajou com ele. Foram reveladas suas relações íntimas com Fernando Cavendish, dono da Delta. Todos tinham lido sobre ela. Mas agora, pela primeira vez, viam as imagens.

A Delta tem negócios com o Estado do Rio. São contratos que beiram R$ 1,5 bilhão. O governador Cabral afirma que jamais misturou decisões de governo com relações pessoais.

O problema torna-se mais grave ainda porque muitas obras da Delta não passaram por licitação. E ganha um colorido especial porque no grupo que festeja em Paris está o secretário de Saúde, Sérgio Cortes. Houve muitas denúncias de corrupção na sua área.

Cabral, Cortes, Cavendish e George Sadala, um empresário que estava num grupo que dançava de guardanapo na cabeça, têm casas em Mangaratiba. Eles são amigos e buscam convencer a todos que os negócios realizados no Rio são resultado de escolhas imparciais.

Em países como a Alemanha, ministros se demitem quando se noticia que empresas pagaram hospedagem para eles. O governo Itamar Franco, na década de 90, adotava critério parecido.

O Rio de Janeiro parece acordar de um longo sono. Quando denunciei as relações entre Cavendish e Cabral, em 2010, meu programa foi tirado do ar e multado pela Justiça.

Não é muito da nossa tradição fixar limites nas relações entre políticos e empresários que fazem negócios com o Estado. O caso da Delta é especial. A empresa cresceu muito nos últimos anos e foi colhida nas malhas da operação Monte Carlo, que trata de Carlos Cachoeira. Outro fator de peso foi a gravação em que Cavendish fala sobre o poder que tem de comprar políticos.

O futuro dirá se os fluminenses acreditam que, no Rio, a Delta atua na base da amizade desinteressada, enquanto sai comprando políticos pelo Brasil afora. Em muitos países esta amizade Cabral-Cavendish seria condenada porque há negócios no meio. O Rio pode mudar depois da crise ou assumir a vanguarda mundial da tolerância nas relações entre políticos e empresários.

Fernando Gabeira escreve neste espaço às segundas-feiras. E-mail: leitor.rj@metrojornal.com.br

FALE COM A REDAÇÃO
leitor.rj@metrojornal.com.br
021/2586-9565
COMERCIAL: 021/2586-9570

O jornal **Metro** circula em 22 países e tem alcance diário superior a 20 milhões de leitores. No Brasil, é uma joint venture do Grupo Bandeirantes de Comunicação e da Metro Internacional. É publicado e distribuído gratuitamente de segunda a sexta em São Paulo, ABC paulista, Santos, Campinas, Rio de Janeiro, Curitiba, Belo Horizonte e Porto Alegre, somando mais de 440 mil exemplares.

EXPEDIENTE
Metro Brasil. Presidente: Cláudio Costa Bianchini.
Diretor de Redação: Fábio Cunha (MTB: 22.269). **Diretor Comercial e Marketing:** Carlos Eduardo Scappini.
Diretora Financeira: Sara Velloso. **Diretor de Operações:** Luís Henrique Correa.
Editor Chefe: Luiz Rivoiro. **Editor de Arte:** Vitor Iwasso. **Coordenador de Redação:** Irineu Masiero.
Gerente Comercial Nacional: Ricardo Adamo.

Metro Rio de Janeiro. Editora Executiva: Ana Lúcia do Vale. (MTB: 18.892)
Editora de Arte: Cláudia Lorena. **Gerente Comercial:** Janaína Silva.
Grupo Bandeirantes de Comunicação RJ. Diretor Geral: Daruiz Paranhos

Editado e distribuído por SP Publimetro S/A. Endereço: Rua Álvaro Ramos, 350, 4º andar, Botafogo, CEP 22280-110, Rio de Janeiro, RJ. Tel.: 021/2586-9570. O jornal **Metro Rio** é impresso pela Editora O Dia S.A.

A tiragem e distribuição desta edição de **100.000** exemplares são auditadas pela BDO.

Patrulha 24h chega a Flamengo, Catete e Glória

A partir de quarta-feira, 330 guardas municipais recém-formados vão patrulhar bairros da 6ª UOP ▶ Comércio ilegal, trânsito desordenado, moradores de rua e estacionamento irregular são os maiores problemas da região

A prefeitura inaugura, na quarta-feira, a 6ª Unidade de Ordem Pública (UOP) do Rio, que vai abranger três bairros: Flamengo, Catete e Glória. Serão 330 guardas municipais recém-formados para patrulhar, durante 24h, a área que vai da rua da Glória até as ruas Senador Vergueiro e Marquês de Abrantes.

Segundo a Secretaria Especial de Ordem Pública (Seop), após a implantação da 4ª unidade na zona sul, outras duas áreas serão contempladas nos próximos meses. O Méier vai ganhar uma UOP no dia 4 de junho e, no dia 17 de julho, será a vez de Campo Grande, o primeiro bairro da zona oeste a receber uma unidade. Elas terão cerca de 250 e 300 guardas, respectivamente.

"A zona sul foi escolhida para fecharmos esse corredor turístico da área central até o Leblon, para garantir que os empregos formais possam se desenvolver sem ter a competição com o comércio ambulante irregular, que faz a ocupação ilegal do espaço público", explicou o secretário de Ordem Pública, Alex Costa.

Segundo ele, essas próximas três UOPs vão se instalar em regiões onde foram detectadas uma mancha de desordem maior. Os moradores da primeira área a ser contemplada esperam os resultados com expectativa.

1.384 guardas municipais trabalham, atualmente, nas cinco UOPs, distribuídos por Tijuca (225), Centro (420), Leblon (220), Ipanema (234) e Copacabana (285).

"Queremos que os empregos formais se desenvolvam sem ter a competição com o ambulante irregular."
ALEX COSTA, SECRETÁRIO DA SEOP

"Foi uma luta muito grande para viabilizar a UOP aqui. A necessidade da área e muito grande. Estamos com uma expectativa positiva. Esse grande investimento vai levantar a autoestima da região, dando mais segurança e maior controle da ordem pública", disse Leila Maywald, presidente da Associação de Amigos e Moradores do Flamengo (Flama).

Leila afirma que um dos principais problemas na região é a concentração de população de rua e o número crescente de usuários de crack. Além desses problemas, o trânsito desordenado e o estacionamento irregular são alvo de grande número de queixas, de acordo com a Seop.

A UOP também vai combater, como nas outras 5 unidades existentes, flanelinhas, comércio não autorizado, ocupação irregular de calçadas por mesas e cadeiras de bares e restaurantes e a panfletagem irregular.

RENATA MACHADO
METRO RIO

FOTOS: BRUNA PRADO/METRO RIO

▶ Caminhões de carga e descarga estacionados fora da área própria e fila dupla são infrações comuns na rua do Catete

▶ A rua do Catete ainda convive com ambulantes irregulares

"Esse investimento vai levantar a autoestima da região e dar mais segurança e controle da ordem pública."
LEILA MAYWALD, PRESIDENTE DA ASSOCIAÇÃO DE AMIGOS E MORADORES DO FLAMENGO (FLAMA)

UOP na Tijuca foi a primeira

O secretário de Ordem Pública, Alex Costa, ressaltou o fato de a atividade econômica na Tijuca ter se beneficiado com a criação da UOP e disse que muitos estabelecimentos passaram a ficar abertos até mais tarde.

"A presença do guarda evita uma série de delitos. As pessoas se sentem mais seguras a qualquer hora do dia ou da noite e a praça Saens Peña passou a ser frequentada para o lazer, principalmente depois que os moradores solicitaram a retirada das grades. Acredito que o mesmo acontecerá com Flamengo, Catete e Glória e com as próximas UOPs que virão", frisou.

Para fechar o corredor turístico, ainda vai ficar faltando a unidade de Botafogo, acredita Leila Maywald, presidente da Associação de Amigos e Moradores do Flamengo (Flama).

"Depois, vamos ficar na expectativa da UOP de Botafogo. Esperamos que ela seja inaugurada até o fim do ano, no máximo, para criar esse corredor de segurança da zona sul", disse Leila. METRO RIO

Bicicletas elétricas seguirão regras iguais às comuns

O prefeito Eduardo Paes disse que vai publicar, hoje, um decreto para regularizar o uso das bicicletas elétricas no Rio de Janeiro. Para ele, elas devem seguir as regras das bicicletas comuns.

"Esse debate se as bicicletas elétricas devem ser consideradas bicicletas como as outras é completamente sem sentido. É óbvio que as elétricas devem ser consideradas como as demais e terem garantidas sua liberdade de circulação com as mesmas regras", postou o prefeito em seu Twitter na última sexta-feira.

O debate sobre bicicletas elétricas ganhou força depois que dois coordenadores da Operação Lei Seca qumultaram o ciclista e cinegrafista Marcelo Toscano Bianco em R$ 1.723,86, e apreenderam sua bicicleta elétrica, sábado, no Arpoador. Eles se basearam na resolução 315 do Conatran (Conselho Nacional de Trânsito), de 8 de maio de 2009, que equipara a bicicleta elétrica a ciclomotor (veículo com velocidade de máxima de 50 km/h), o que exige habilitação específica.

"Bicicletas elétricas devem ser como as demais e ter garantida sua liberdade de circulação com as mesmas regras."
PREFEITO EDUARDO PAES

Os dois coordenadores da Operação Lei Seca foram afastados porque armaram a blitz na ciclovia da rua Francisco Otaviano, o que é ilegal, obstruindo a passagem de ciclistas.

"Bicicleta elétrica é uma bicicleta convencional. A Lei Seca exagerou", criticou o subsecretário de Meio Ambiente, Altamirando Moraes. METRO RIO

Prazo para acertar título de eleitor vence na quarta-feira

Expira às 19h desta quarta-feira o prazo para quem vota no Rio de Janeiro tirar ou transferir seu título de eleitor. A data limite também vale para os que precisam regularizar sua situação com a Justiça eleitoral, ou seja, aqueles que deixaram de votar nas últimas eleições e não justificaram sua ausência.

Quem for tirar o título de eleitor pela primeira vez deve levar documento de identidade, comprovante de residência recente e comprovante de quitação militar para homens entre 18 e 45 anos. A Justiça eleitoral avisa que a carteira de motorista e o passaporte não são aceitos.

Para tirar, transferir ou regularizar o documento, o eleitor deve comparecer ao cartório eleitoral (das 11h às 19h) mais próximo de sua casa. Os endereços estão disponíveis no site do TSE: www.tse.jus.br.

No caso de transferência e regularização do documento, o eleitor deve levar o título, o documento de identidade e um comprovante de residência recente. É necessário que tenha passado um ano da primeira inscrição ou da transferência anterior.

O eleitor também precisa morar no novo endereço por pelo menos três meses.

O TSE (Tribunal Superior Eleitoral) informa ainda que os eleitores com deficiência ou mobilidade reduzida também têm até 9 de maio para pedir sua transferência para uma seção eleitoral especialmente adaptada.

O voto é facultativo entre 16 e 18 anos e podem tirar o título aqueles que completarem 16 anos até o dia 7 de outubro, quando acontece o primeiro turno da eleição municipal que vai escolher prefeitos e vereadores de mais de 5,5 mil municípios brasileiros.

METRO RIO

Breves

Detran aconselha agendamento

BOA HORA. Os proprietários de veículos que já quitaram integralmente o IPVA podem aproveitar o momento sem filas de espera nos postos do Detran para fazer a vistoria anual. Segundo o órgão, a diferença entre o agendamento do procedimento e a realização é de apenas um dia na quase totalidade dos postos da Região Metropolitana e do interior. Para agendar um desses serviços, basta ligar para 3460-4040, 3460-4041 (Região Metropolitana), 0800-020-4040 (interior) ou acessar o site www.detran.rj.gov.br

METRO RIO

Comlurb entrega novas lixeiras

SUSTENTÁVEL. A Comlurb começou a a entregar os contêineres em Realengo e em Copacabana, que irão melhorar a limpeza urbana da cidade. A novidade dessas lixeiras é que são produzidas na França, feitas de plástico 'verde', o polietileno 100% fabricado a partir da cana-de-açúcar. A previsão é que até o final de julho todos os 50 mil contêineres estejam distribuídos pela cidade.

METRO RIO

▶ De 1 a 10, calçadas cariocas receberam nota 4,5 dos técnicos do Portal Mobilize Brasil: a segunda pior dentre 12 capitais

BRUNA PRADO/ METRO RIO

Rio terá calçadas novas até 2016

▶ Calçada Lisa promete reformar 700 mil m² ▶ Serão priorizadas as que recebem mais pedestres ▶ 5,3 mil imóveis foram notificados em 10 meses

Após receber a segunda pior nota dentre 12 capitais avaliadas por técnicos do Portal Mobilize Brasil, especializado em mobilidade urbana, a prefeitura do Rio de Janeiro resolveu atacar o problema e criou o projeto Calçada Lisa, que agora faz parte do plano estratégico da cidade, que vai de 2013 a 2016.

Inspirada no já desenvolvido Asfalto Liso, a medida visa recuperar cerca de 700 mil metros quadrados de calçadas na cidade, que ficou à frente apenas de Manaus (AM) no levantamento.

"A intervenção não será maquiagem, nem tapa-buraco. Será feita uma recuperação total das calçadas."
CARLOS ROBERTO OSÓRIO, SECRETÁRIO DE CONSERVAÇÃO

Data indefinida

Segundo o secretário municipal de Conservação, Carlos Roberto Osório, a prefeitura vai priorizar as calçadas por onde passam um grande número de pessoas, e que todas as regiões do município serão atendidas.

"A nossa prioridade são as que têm grande fluxo de pedestres. E, em segundo lugar, cuidaremos das que estão em piores condições. Mas nenhuma região específica será beneficiada com o projeto", garante o secretário, que, no entanto, não confirma uma data para começar o Calçada Lisa.

"Ainda estamos fazendo um levantamento, que deve durar cerca de três meses. Depois, faremos uma licitação pública. Ainda não há uma data para começar. Mas garanto que iremos atuar em toda a cidade."

Responsabilidade dividida

Ainda de acordo com Osório, é inegável o mau estado de conservação das calçadas cariocas, mas diz que a responsabilidade não é apenas da prefeitura.

"É importante ressaltar que a responsabilidade sobre as calçadas da cidade é compartilhada. A prefeitura tem que cuidar dos calçadões, das grandes vias centrais, praças etc. Mas, às vezes, vejo os moradores reclamando do estado da calçada em frente ao seu prédio. Muitas vezes, eles são os próprio responsáveis por essas calçadas".

GM vai auxiliar na Tijuca

Uma ferramenta importante na fiscalização das calçadas, que será utilizada já a partir deste mês, serão os guardas municipais que atuam na Unidade de Ordem Pública (UOP) da Tijuca, na zona norte.

Segundo o secretário, o guardas, que receberão um smartphone, ao localizarem o mau estado da calçada deverão tirar uma foto e enviá-la à Secretaria de Conservação."De julho do ano passado até hoje, nós já notificamos 5,3 mil imóveis particulares, e essa fiscalização será ainda maior. Até o final de 2012, queremos que todos os guardas estejam treinados e equipados", diz Osório.

METRO RIO

3 anos. Esse é período que o Rio de Janeiro vai levar para ter todas as calçadas em boas condições, segundo o secretário Carlos Roberto Osório.

Decreto pode desempregar 4 mil

Recente decreto da prefeitura que criou uma série de restrições à publicidade exterior, o Rio Limpo, vai causar um alto número de demissões. Pelo menos esse é o alerta que faz o presidente do Sepex RJ (Sindicato de Empresas de Mídia Exterior) Waldir Pereira de Souza.

"Com esse decreto, teremos uns 4 mil trabalhadores desempregados. A atividade envolve motoristas, coladores, soldadores, gráfica, ferreiros...", explica Waldir, garantindo que vai entrar na Justiça contra a decisão.

"Esse decreto é algo completamente ilegal, foi um golpe muito duro para quem trabalha com mídia exterior. É totalmente inconstitucional. Vamos arguir na Justiça", reafirma o presidente da Sepex.

Ele ainda ressalta que a prefeitura deixará de arrecadar cerca de R$ 5 milhões referentes às taxas que recebia pelos anúncios.

O Rio Limpo será aplicado a 22 bairros da cidade, entre zona sul e o Centro.

METRO RIO

BRUNA PRADO/METRO RIO

▶ Sepex pede revisão da lei

CPI do Cachoeira cria bunker antivazamento

Espaço no Senado irá guardar documentos das operações Vegas e Monte Carlo e terá vigilância 24 horas ▶ Haverá seguranças na porta e câmeras de vídeo externas e internas

Pela primeira vez em 59 anos de comissões parlamentares de inquérito, os deputados e senadores vão ter regras para guardar segredos. A partir de hoje, começa a funcionar a sala-cofre da CPI criada para investigar um esquema de jogos ilegais. Será o local mais vigiado e cobiçado pelos parlamentares.

"A prudência é para preservar o segredo de Justiça dos documentos e evitar que toda a apuração seja invalidada por causa de vazamento de informação", diz o presidente da CPI, senador Vital do Rêgo (PMDB/PB).

No subsolo, sob vigilância 24 horas, está a documentação das operações Vegas e Monte Carlo, deflagradas pela PF (Polícia Federal) e que jogaram luzes sobre o esquema comandado pelo bicheiro Carlinhos Cachoeira, que segue preso em Brasília.

São 15 mil páginas de investigação, em 40 volumes, que vão poder ser apenas consultadas. Um privilégio garantido somente aos 32 deputados e senadores da comissão. "É uma decisão que compromete o trabalho parlamentar, porque os assessores também precisam ter acesso à documentação para ajudar nas análises", protesta o líder do PSDB no Senado, Álvaro Dias.

Um grupo de parlamentares estuda levar à votação sugestões para facilitar uma avaliação mais detalhada dos dados.

A proposta é que o controle, considerado rigoroso, dê lugar a uma senha que deixe registrada o responsável pelo acesso. Caso contrário, alguns deputados e senadores ameaçam recorrer à Justiça.

Os parlamentares recebem nesta semana uma cartilha com orientações para manusear as informações liberadas pela PF.

O bunker da CPI

Localizado no subsolo da Ala Alexandre Costa, do Senado Federal

Cada parlamentar vai assinar, toda vez que fizer consulta, um termo de confidencialidade

A documentação impressa vai ser guardada em cofre

15 m

15 m

Somente o relator, deputado Odair Cunha, vai ter acesso especial à sala

Duas câmeras uma fora da porta de vidro e outra, interna, filmam 24 horas por dia

✖ É vetada a presença de assessores

✖ Para evitar vazamento de informações, será proibido o uso de celular, máquina fotográfica ou filmadoras dentro da sala

DEPOIMENTOS

Sessões reservadas

A CPI do Cachoeira começa a fase de depoimentos esta semana, com sessões reservadas.

Amanhã, o delegado da Polícia Federal Alexandre de Souza depõe sobre a Operação Vegas.

Na quinta-feira, será a vez do delegado Matheus Rodrigues e dos procuradores Daniel Salgado e Lea Oliveira, responsáveis pela Monte Carlo. **MARCELO FREITAS**

7,5 é a altura em metros da papelada acumulada até agora pela CPI. Se fosse empilhada, equivaleria a um prédio de dois andares ou à altura do paredão da Muralha da China.

A divulgação de documento sigiloso é crime com pena prevista no Código Penal. O artigo 153 prevê prisão entre seis meses e um ano, mais multa. "Em CPIs, o vazamento é uma cultura. Vamos ter agora papéis escritos de próprio punho", diz o cientista político David Fleischer.

MARCELO FREITAS
METRO BRASÍLIA

Alvos de desejo

Entre os papéis da CPI, as "joias da coroa" são:

As ligações de Cachoeira
A rede de contato tem até agora 13 parlamentares, mas o número pode crescer.

Os esquemas da Delta
A construtora teria fraudado contratos de estatais e governo estaduais.

O lobby do bicheiro
A farta documentação revela o poder do bicheiro em legalizar jogos no país.

Relações políticas
Uma ligação entre um político e Cachoeira pode mudar as eleições de outubro.

LUIZ CARLOS MURAUSKAS/FOLHAPRESS

▶ Filas devem diminuir

Novos postos para visto abrem hoje

A partir de hoje começam a funcionar os CASVs (Centros de Atendimento ao Solicitante de Visto) para requisitar o visto norte-americano. Serão seis novos postos: dois em São Paulo e um nas capitais Rio, Belo Horizonte, Brasília e Recife.

Eles devem diminuir a espera para a entrevista, além de ser mais barato. O preenchimento do formulário (DS-160) continuará sendo o mesmo. A taxa do visto foi fixada em U$ 160 e o pedido deve ser feito exclusivamente em um dos novos postos. Os seis postos norte-americanos vão funcionar de segunda a sexta-feira, das 7h às 18h, e aos domingos, das 13h às 18h. **METRO**

Traqueostomia em Pedro foi bem-sucedida

O cantor Pedro Leonardo foi submetido a uma traqueostomia, ontem, com sucesso e sem intercorrências, de acordo com o boletim médico divulgado pelo Hospital Sírio-Libanês, em São Paulo. O cantor segue estável, internado na UTI. **METRO RIO**

Niemeyer deve receber alta nesta segunda

O arquiteto Oscar Niemeyer, 104 anos, deve receber alta hoje, de acordo com informações de sua filha Ana Lúcia Niemeyer.

O maior arquiteto brasileiro está internado no Hospital Samaritano, no Rio de Janeiro, desde quarta-feira da semana passada, por causa de uma pneumonia.

A filha de Niemeyer contou que ele continua recebendo soro e medicamentos pela veia e respira sem a ajuda de aparelhos. "Ele está bem e, de acordo, com os médicos, voltará para casa na segunda", afirmou Ana Lúcia.

Oscar Niemeyer é reconhecido internacionalmente como um dos mais importantes arquitetos vivos. Autor dos principais palácios de Brasília, celebrizou-se pelas curvas que dá ao concreto e projetos internacionais. **METRO BRASÍLIA**

JOÃO SAL/FOLHA IMAGEM

▶ O arquiteto foi internado com pneumonia

Audiência no STF debate Lei Seca

Em vigor desde junho de 2008, a Lei Seca vai ser debatida a partir de hoje em audiência pública no Supremo Tribunal Federal (STF).

A Associação Brasileira de Bares e Restaurantes classifica a legislação como autoritária. Alega que a Lei Seca obriga o motorista a produzir provas contra si e ser penalizado antes que a decisão tenha transitado em julgado. Médicos, especialistas e entidades vão discutir os efeitos do álcool e a possibilidade de erros da medição feito pelos bafômetros. **MARCELO FREITAS**

Nova poupança ainda vai bater fundos e CDB

- Caderneta vai render menos, mas continua atrativa
- Taxa de administração será decisiva na escolha

O governo mudou as regras para o cálculo da rentabilidade da poupança, mas a aplicação continuará mais atrativa do que o CDB e os fundos de renda fixa. Para escolher a melhor opção, o investidor deve avaliar custos com a taxa de administração e o Imposto de Renda cobrados das aplicações.

Quando a Selic cair para 8,5% ao ano, quando passa a vigorar a nova regra para a caderneta, a poupança renderá menos. No entanto, a tradicional aplicação do brasileiro ainda deve superar fundos com taxas de administração acima de 1,3% e CDBs com ganhos abaixo de 90% do CDI.

"É difícil achar fundos com taxas de administração que valham a pena. taxas menores exigem aplicações elevadas", afirma Rafael Paschoarelli, professor da FEA/USP (Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade da Universidade de São Paulo) e responsável pelo site www.comdinheiro.com.br.

Para os especialistas, os bancos serão obrigados a reduzir as taxas para não perder clientes. "As instituições terão de buscar alternativas mais rentáveis, mesmo para os pequenos investidores", diz Samy Dana, professor de finanças da FGV (Fundação Getúlio Vargas).

Até mesmo o Tesouro Direto perde para a poupança no curto prazo. A desvantagem se deve ao custo com o IR e taxas dobradas da aplicação.

Pelos cálculos de Dana, o Tesouro é mais lucrativo que a poupança quando a Selic estiver acima de 8,5%, independentemente do período de aplicação. "Quando a Selic estiver abaixo de 8,25%, a aplicação será mais vantajosa para aplicações de até seis meses", completa. METRO

Compare

Rentabilidade da nova poupança e demais aplicações com a queda Selic

Como ficaria uma aplicação de R$ 1 mil em um ano		Selic (% a.a.) Hoje	Nova regra da poupança	Como o governo quer
		9%	8,50%	7,50%
Poupança*	Rendimento em %	6,42	6,14	5,45
	Rendimento em R$	64,22	61,36	54,49
CDB**	Rendimento em %	6,45	6,10	5,38
	Rendimento em R$	64,54	60,97	53,82
Tesouro Direto	Rendimento em %	6,86	6,46	5,66
	Rendimento em R$	68,61	64,62	56,64
Fundos de Renda Fixa***	Rendimento em %	5,99	5,59	4,79
	Rendimento em R$	59,92	55,92	47,92

Como escolher o investimento

Avaliação deve levar em conta prazo, investimento inicial, taxas de administração e impostos

Poupança: Para depósitos anteriores ao dia 4/5, a recomendação é **manter o investimento**. Para quem planeja uma nova aplicação, a caderneta continuará atrativa em relação à renda fixa e ao CDB, mesmo com a queda de juros. A vantagem continua sendo a isenção de impostos e taxas

CDB: O investidor deve avaliar a remuneração em relação ao CDI. No curto prazo, aplicações que pagam o percentual **abaixo de 90% continuarão perdendo para a caderneta**. A alíquota de Imposto de Renda varia de 15% a 22,5%, dependendo do prazo de aplicação

Tesouro Direto: Continua sendo a aplicação de melhor rentabilidade. **A poupança só se torna mais atrativa para aplicações até seis meses com a Selic abaixo de 8,25% ao ano**. Além do IR, os investimentos no Tesouro estão sujeitos a taxas de negociação, de custódia e corretagem

Fundos de Renda Fixa: **A tendência é continuar com ganhos inferiores aos da poupança**, conforme a simulação. O investimento pode compensar para taxas de administração baixas, o que exige um volume alto de aplicação. Também é tributado

Fonte: Samy Dana, professor de finanças da FGV. Considera a TR de 0,20% *0,5% mais TR ou 70% da Selic mais TR ** Rentabilidade de 90% do CDI *** Taxa de administração de 1,5% a.a.

O que mudou

O governo estabeleceu na semana passada novas regras para o cálculo do rendimento da caderneta de poupança. A mudança atinge depósitos feitos a partir do dia 4 de maio.

Como era
Os recursos eram corrigidos pela TR (Taxa Referencial) mais juros de 0,5% ao mês (6,17% ao ano).

Como ficou
Toda vez que a Selic cair para 8,5% ao ano ou menos, a poupança passa a remunerar seus aplicadores em 70% da Selic ao ano mais TR. Quando a Selic estiver acima de 8,5%., as regras permanecem as mesmas. A aplicação continua sendo isenta de Imposto de Renda.

BB faz 3º corte de juros

O Banco do Brasil promoveu uma nova redução nas taxas de juros para pessoa física e reformulou linhas de crédito que contam com garantia de imóveis ou veículos. É o terceiro anúncio de corte desde o início de abril.

Para clientes que tiverem conta salário no BB e aderirem ao programa Bom pra Todos, os juros do cheque especial foram reduzidos de 8,31% para 3,94% ao mês, em taxa única. Essa nova taxa vale a partir de 10 de maio. As linhas de crédito pessoal (CDC automático e CDC renovação) que tinham taxa máxima de 5,79%, passarão a ter de 3,94% ao mês.

Para clientes que não recebem salário pelo banco, a instituição anunciou uma linha de crédito para pessoas físicas com garantia de imóvel próprio, com juros reduzidos [entre 1,52% e 1,6% ao mês] e prazo de pagamento de até 180 meses. Essa linha de crédito estará disponível apenas para quem tem renda acima de R$ 6 mil. Os clientes podem financiar até 50% do valor do imóvel que está em seu nome. METRO

LEONARDO WEN/FOLHAPRESS

No cheque especial, taxa caiu para 3,94% ao mês

'BLACK FRIDAY PARAGUAY'

Cidade paraguaia promove liquidação

A cidade paraguaia Ciudad del Este, na fronteira com o Brasil, fará pela primeira vez uma grande liquidação no comércio, a exemplo do tradicional dia de descontos no varejo dos Estados Unidos.

A "Black Friday Paraguay" vai ter descontos de 20% a 70%, em cerca de mil lojas. Começa na próxima sexta-feira, dia 11, e termina no domingo, dia 13, segundo o jornal "Folha de S.Paulo".

O objetivo dos lojistas é recolocar Ciudad del Este no "mapa de compras mundial". METRO

PITON/A CIDADE/FUTURA PRESS

Proposta obriga pagamento por no máximo três meses

Seguro-desemprego de doméstica será votado

A Comissão de Assuntos Sociais do Senado deve votar nesta quarta-feira o projeto de lei que obriga o pagamento de seguro-desemprego às domésticas por, no máximo, três meses.

Para ter direito ao benefício, a doméstica deve ter trabalhado por um período mínimo de 15 meses nos últimos 24 meses contados da dispensa sem justa causa. Pela proposta, as domésticas terão direito ao seguro-desemprego independentemente de estarem inscritas no FGTS. A matéria, terminativa na comissão, não foi votada na semana passada pela ausência de apenas um parlamentar para atingir o número mínimo de presenças necessárias à apreciação de projetos que, votados na comissão específica para tratar do tema, não necessitem ir a plenário. METRO

PONTO FORTE

A sua Força em Material Elétrico

Breve nova Loja no Coração da Barra

Cabinho Flexível 2,50mm²

rolo c/ 100 mt

TRABALHAMOS COM CABOS ATÉ 300,00 mm² PARA PRONTA ENTREGA

R$ 53,90

BRASCOPPER Energia bem conduzida — VATHISA

Indicadas entre as melhores marcas de Fios e Cabos do Brasil - Veja matéria completa em nosso site

Lâmpadas Eletrônicas

Garantia de 01 Ano

15W R$ 4,90

20W R$ 5,90

\+ de 3.000 tipos diferentes de Lâmpadas no estoque

Luminárias Fluorescentes completas

2x20W R$ 24,90

2x40W R$ 34,90

Ofertas válidas até 10/05/2012 ou ao fim dos estoques – Imagens meramente ilustrativas

RECREIO - TAQUARA - VARGEM GRANDE - PARCELAMOS EM ATÉ 6X SEM JUROS NOS CARTÕES - VISA OU MASTERCARD

SUPER OFERTA COMBO

REATOR VAPOR METÁLICO 400W AFP EXTERNO R$ 58,90

PROJETOR 400W ALUMÍNIO R$ 24,90

LÂMPADA VAPOR METÁLICO 400W R$ 33,90

Lâmpada Fluorescente 36/40W R$ 1,90

Reator Eletrônico 2x32W ou 40W R$ 13,90

Disjuntores DIN STECK

UNIPOLAR de: 16A à 50A	BIPOLAR de: 16A à 63A	TRIPOLAR de: 16A à 63A
R$ 3,90	R$ 11,90	R$ 15,90

Toda a Linha de acessórios para distribuição e proteção elétrica

LEDS

Super Led dicróica bivolt 4W R$ 39,90

Luminária de emergência 30 Leds R$ 15,90

Spot Led bivolt 7W

Produto Completo R$ 69,90

Fita de Led bivolt 20W R$ por metro R$ 29,90

fonte não inclusa

Setor de Iluminação Completo - Projetos de Iluminação Gratuitos

A EMPRESA QUE MAIS CRESCE EM SEU SEGMENTO - ATENDIMENTO ESPECIALIZADO - FATURAMOS PARA EMPRESAS E CONDOMÍNIOS

Ferramentas e Acessórios

Furadeira MHP130 R$ 199,00

Kit Maleta de Ferramentas - 46 peças R$ 89,90

Lançamento!

Brca Multiuso Makita Concreto-Madeira-Metal

Serra Mármore Makita MCC 400 R$ 186,90

Parafusadeira 4V litiun 24 acessórios R$ 99,00

makita

Todas as medidas
Praticidade e Economia
voce faz tudo com uma só broca

Escadas Alumínio

Temos Vários Tamanhos

03 DEGRAUS R$ 59,90

06 DEGRAUS R$ 97,90

Lavadora Super Jato - SJ 1.000

Kit Completo

R$ 199,90

Compressor Ar Direto 63 - 1/3 CV

Infla - Pinta - Limpa - Pulveriza

Kit Completo

R$ 315,90

Av. das Américas 13.749 - Recreio
(21) 2197-2300 / (21) 2197-2344 ID: 24*60181

Av. NELSON CARDOSO 948 - B - TAQUARA
(21) 2423-3545 / (21) 7815-8047 ID: 24*47771

Est. dos Bandeirantes 23.971 - Vargem Grande
(21) 3269-3055 / (21) 7893-4676 ID: 24*61298

www.pforte.com.br

Valorize seu dinheiro — Valorize seu Tempo

TUDO EM 6X S/ JUROS NO CARTÃO

COBRIMOS QUALQUER OFERTA

O Ministério do "Bom Senso" Adverte :

Comprar Material Elétrico em quem não é especialista causam os seguintes sintomas

1) "Dor no Bolso"

Você paga até o dobro dos nossos preços

2) "Dor de cabeça"

Sem orientação técnica você compra errado e perde tempo em intermináveis filas para troca.

3) "Dor de cotovelo"

Você vê nossos anúncios ou conhece nossas lojas e percebe que não fez a coisa certa.

NÃO SE ENGANE !

MATERIAL ELÉTRICO – ILUMINAÇÃO E FERRAMENTAS TEM ENDEREÇO CERTO

PONTO FORTE

▶ François Hollande comemora vitória e diz que está feliz por trazer esperança

REGIS DUVIGNAU /REUTTRES

'Franceses escolheram a mudança', diz Hollande

Candidato socialista vence eleições presidenciais na França e promete diminuir a dívida pública

Sarkozy assume a derrota em discurso

Com 52% dos votos válidos, o candidato socialista, François Hollande, venceu as eleições presidenciais da França realizadas ontem ao derrotar Nicolas Sarkozy, que teve 48% de preferência no pleito. Logo após o fim da votação, Sarkozy admitiu a perda para o seu adversário, que assumirá o cargo no próximo dia 15.

Em seu primeiro discurso como presidente eleito, Hollande garantiu que irá diminuir a dívida pública e as medidas de austeridade propostas pela UE (União Europeia). O candidato também afirmou que os franceses "escolheram a mudança", em referência ao seu concorrente conservador.

Ele é primeiro socialista a chegar à presidencia desde François Mitterrand em 1995. Sua vitória foi celebrada na Place de la Bastille, praça emblemática da Revolução Francesa. Milhares de pessoas levaram bandeiras vermelhas e rosas, símbolo do Partido Socialista.

Em números

Resultado da eleição presidencial na França.

Novo foco

Com a derrota, o UMP, partido de Nicolas Sarcozy, focará seus esforços nas eleições parlamentares, marcadas para junho. METRO

França não é mais de Sarcozy

"Aceito essa derrota por causa dessa França aberta, democrática."

"François Hollande é o presidente da França e deve ser respeitado. Eu nunca poderei retribuir aos franceses o que me deram nos últimos anos."

Análise

O MAIS DIFÍCIL ESTÁ POR VIR

A vitória de Hollande vem após uma longa campanha tediosa. Há um ano, quando o socialista anunciou sua candidatura, ele foi ridicularizado pela mídia e pelos franceses. As pessoas apenas passaram a acreditar que Hollande era uma ameaça a Sarcozy após a prisão de Dominique Strauss-Kahn.

Hollande venceu as eleições porque ele representa a mudança. Mas a razão mais óbvia para a sua vitória é a rejeição dos franceses por Sarcozy – presidente mais impopular no país desde 1958.

Agora, o socialista terá que superar muitas expectativas. Possivelmente ele sentirá mais dificuldades em atender às necessidades do país do que se Sarcozy fosse reeleito.

JÉRÔME GUILLAS
METRO FRANÇA

Exames da alma

▶ CCBB abre amanhã a maior retrospectiva da obra de Ingmar Bergman já realizada no Brasil

"O Sétimo Selo": jogo fatal
DIVULGAÇÃO

O cineasta para quem o rosto humano, de preferência em primeiro plano, era a maior manifestação possível da imagem em movimento tem sua obra fundamental revisitada, de amanhã a 10 de junho, no Centro Cultural Banco do Brasil, na mostra "Ingmar Bergman".

Sessões de quase 50 filmes do diretor sueco (morto em julho de 2007, aos 89 anos), somadas a quatro documentários sobre Bergman, compõem um amplo e inédito painel sobre o artista que parecia ser capaz de filmar a alma de seus personagens e é considerado por muitos, entre os quais Woody Allen, o maior cineasta da história.

Trata-se de chance de ouro para assistir em tela grande a clássicos, como "O Sétimo Selo" (1957), um dos filmes mais conhecidos do diretor, com atuação exemplar de Max Von Sydow, mais tarde "importado" por Hollywood. Em período apocalíptico da Idade Média, Sydow é cavaleiro que encara a personificação da morte. Também estão na mostra "O Ovo da Serpente", "Persona", "Gritos e Sussurros" e "Fanny e Alexander", entre outros.

A mostra no CCBB (rua Primeiro de Março, 66, Centro, tel.: 3808-2020) será complementada por curso ministrado pelo crítico de cinema Sérgio Rizzo.

PAULO MAURICIO COSTA
METRO RIO

Alanis lançará novo disco após quatro anos

A roqueira canadense Alanis Morissette anunciou que, em 27 de agosto, lançará seu 8º disco de estúdio, "Havoc And Bright Lights".

O CD coloca fim ao silêncio de 4 anos, uma vez que o trabalho anterior da artista, "Flavors of Entaglement", foi lançado em 2008. A cantora – famosa por sucessos como "Thank U" – comentou sua nova fase em entrevista à revista NME. "Esse disco é o meu comentário emocional, psicológico, social e filosófico por meio da música", disse. METRO RIO

Alanis Morissette: primeiro single sai ainda esta semana

'O Filho Eterno' no Centro

"O Filho Eterno", um dos grandes sucessos do teatro recente, estreia hoje temporada às segundas, terças e quartas, sempre às 19h (até 30 de maio), no Centro Cultural do Poder Judiciário do Estado do Rio (rua Dom Manuel, 29 – Centro. Tel.: 3133-3366). A entrada para todas as sessões é gratuita, mediante retirada de senha. METRO RIO

DALTON VALERIO/DIVULGAÇÃO
Peça tem apresentações gratuitas

Na ponta do lápis

MARCOS SILVESTRE

VAI COMPRAR UM BEM DE VALOR ELEVADO? BEM, O JEITO É PARCELAR

A maior parte de nós jamais ganhará dinheiro suficiente para adquirir de uma única vez bens de valores mais elevados. Não estou só falando de adquirir imóveis, que podem custar centenas de milhares de reais, nem mesmo de comprar carros, que podem custar dezenas de milhares de reais.

Falo também de itens "pesados", porém de valor um pouco mais comedido, feito uma nova TV de LCD, uma nova geladeira de inox com água gelada na porta, ou um novo conjunto de sofás, itens compráveis por alguns milhares de reais. Pois eu lhe pergunto: quem é que pode tirar R$ 2 mil ou R$ 3 mil do salário do mês, assim, numa tacada só? Então, não resta alternativa: tem de parcelar!

Porém, comprar antes para pagar parcelado depois, jamais poderia ser a forma de parcelamento que eu lhe recomendaria. Quero lhe sugerir que parcele antes, poupando e investindo uma certa quantia todos os meses, para poder efetuar a compra depois, à vista, sem incorrer no pagamento de juros, aliás, tendo recebido juros durante o período de aplicação, e na hora da quitação à vista ganhando um descontão!

Um exemplo prático: a compra de uma TV de LCD. Você tem os R$ 2 mil e poucos para dar numa paulada só? Puxado... Então, há duas outras opções: 1ª) levar a TV para casa hoje, e pagar 24 prestações de R$ 100, durante dois anos, ou então, 2ª) aplicar R$ 100 por mês na Caderneta de Poupança durante 18 meses (1 ano e ½), e comprar a TV à vista, em "dinheiro vivo", por R$ 1.900,00 com um descontão de R$ 500 (que basta procurar para achar!), daqui a um ano e meio.

Você é quem sabe: no primeiro caso, leve já e pague durante dois anos. No segundo caso, "pague" (investa) durante um ano e meio, e depois leve a TV para casa já quitada, economizando seis meses de prestação mensal de R$ 100, e ainda por cima já comprando uma TV de geração mais nova.

Prof. Marcos Silvestre é economista com MBA em Finanças e Controladoria pela Universidade de São Paulo. Há 21 anos atua como educador e planejador financeiro especializado. Idealizou na Unicamp o PROF® Programa de Reeducação e Orientação Financeira. É fundador da SOBREDinheiro® Sociedade Brasileira de Estudos sobre Dinheiro e autor dos best-sellers "12 Meses para Enriquecer: o plano da virada" e "Investimentos à Prova de Crise". Dirige o site www.oplanodavirada.com.br e apresenta a coluna diária e o programa semanal Na Ponta do Lápis na BandNews FM.

Os invasores

por Farini

Cruzadas

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

Aquele que escapou da cadeia
Profissional como Sérgio Noronha (fut.)
Coletivo de "lobos"
Comida fina
Concede
Negócios realizados pelos sebos
(?) Mader, atriz brasileira
Registro de processo jurídico
Encher de comida
Erva-mate, em tupi
(?) France, companhia aérea
Maciço do pico das Agulhas Negras
Medida térmica (pl.)
Literatura (abrev.)
Registro Geral de Imóveis (sigla)
Primeiro de (?): Dia do Trabalho
Causar forte desconforto físico
Forma da parte superior do obelisco
Deus egípcio simbolizado pelo Sol
Antiga rede de TV
Utensílio do gari
(?)2, banda de Bono Vox

BANCO 3/air — caá. 4/aton — tupi. 8/enfartar — itaiaia.

Soluções

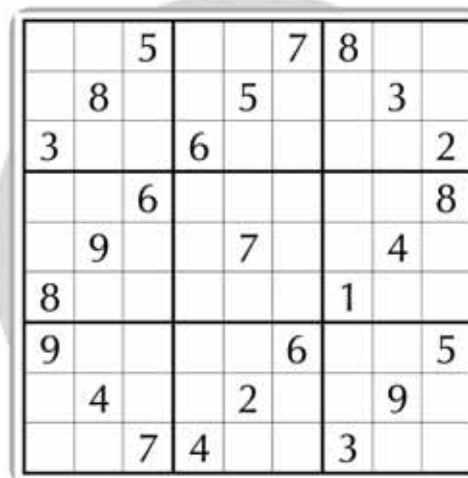
Diretas

Sudoku

Sudoku

Para solucionar o jogo, basta preencher com números de 1 a 9 as linhas verticais e horizontais sem repeti-los.

		5			7	8		
	8			5			3	
3			6					2
		6						8
	9			7			4	
8						1		
9					6			5
	4			2			9	
		7	4			3		

© Revistas COQUETEL

Leitor fala

A falta que o bonde faz

A ruas de Santa Teresa estão em péssimo estado de conservação, com muitos buracos que estão danificando os carros. Desde o acidente do bonde, em agosto de 2011, o bairro parece ter sido abandonado pelas autoridades públicas.

Paulo Silva – Rio de Janeiro

Epidemia de dengue

É inacreditável que ano após ano as autoridades alertem à população sobre a necessidade básica de se combater a dengue e, mesmo assim, muita gente simplesmente ignore o alerta. Depois do Rio, Niterói também está com epidemia. Isso significa que, possivelmente, outras cidades da área metropolitana logo, logo vão estar na mesma situação. A população tem que ajudar, fazendo coisas básicas, como trocar a água das plantas por areia nos potinhos. Dengue não diz respeito somente ao governo, não. Até para manter a fiscalização em casas abandonadas, todos são fiscais.

Raphaela Estevez – Rio de Janeiro

Polêmica da bicicleta

Não dá para uma cidade querer sair na frente em questões ambientais e, ao mesmo tempo, o uso de bicicletas, mesmo que sejam as motorizadas, não ser amplamente incentivado. A Rio + 20 está chegando aí.

Alfredo Fernandes – Nova Iguaçu

metro Pergunta

Você acha que o Flamengo estaria fazendo uma boa troca de Bottinelli por Victorino?

Siga o Metro no Twitter: @jornal_metroRJ

@pctreiguer: O Bottinelli não fez uma boa campanha, mas não sei se o Victorino está na melhor fase.

@duoliveeeira: Com certeza. Victorino é a zaga que faltava no Mengão!

@dedecku: Flamengo podia ter perdido um dos poucos jogadores que vestiram sua camisa e realmente jogaram bola.

metro Web

Para falar com a redação: leitor.rj@metrojornal.com.br
Participe também no Facebook: www.facebook.com/metrojornal

Horóscopo

*Está escrito nas **estrelas***

www.estrelaguia.com.br

Áries (21/3 a 20/4)
Adapte-se a novas ideias e realidades, vai ser preciso inovar para sair do marasmo e ultrapassar barreiras que possam estar dificultando o seu desempenho.

Touro (21/4 a 20/5)
Conte com os amigos para diminuir a sua carga de preocupações e tarefas, evite tentar assumir muitas responsabilidades sozinho, divida com as outra pessoas.

Gêmeos (21/5 a 20/6)
Sonhos e ambições podem não se realizar exatamente do jeito que você está imaginando, mas podem ter resultados muito positivos para você sem menos esperar.

Câncer (21/6 a 22/7)
Tendência a quebrar antigas regras e se adaptar a inovações, principalmente se foram trazidas por parceiros ou colegas de trabalho. Necessidade de mudanças.

Leão (23/7 a 22/8)
Paciência para aturar os destinos de terceiros, deixe a corda um pouco folgada para ver até onde as pessoas podem ir sem que possam lhe causar prejuízos.

Virgem (23/8 a 22/9)
Iniciativas atrapalhadas podem causar bastante estresse, trate de jogar junto com os seus parceiros e tomar decisões mais maduras em conjunto com eles.

Libra (23/9 a 22/10)
Dia de aprender novas tecnologias ou conhecimentos diferentes junto com parceiros ou amigos. Evite situações arriscadas que possam comprometer a sua imagem.

Escorpião (23/10 a 21/11)
Emoções e paixões poderão levar você a atitudes um tanto radicais, evite ser teimoso e desagradar as pessoas. Vá até onde você esteja sendo bem aceito.

Sagitário (22/11 a 21/12)
Tropeços sobre as próprias pernas, tentar inovar sem se preparar primeiro pode causar alguns atrapalhos e inconveniências, não faça as coisas sozinho.

Capricórnio (22/12 a 20/1)
Meios tradicionais podem não funcionar a seu favor, esteja pronto para aprender coisas novas e se adaptar ao invés de ser teimoso demais e se desgastar.

Aquário (21/1 a 19/2)
Desorganização ou otimismo demais podem impedir você de concretizar as coisas que estão passando pela sua cabeça. Trate de ser mais organizado para vencer.

Peixes (20/2 a 20/3)
Se as coisas não vão pra frente não insista, procure entender o que está travando as coisas para você e talvez abrindo espaços para os outros, aprenda.

Receita da beleza

Alimentos ricos em ômega 3 e antioxidantes evitam celulite e melhoram o viço da pele ▶ Resultado é mais rápido se o consumo for associado ao uso de cosméticos

Se existisse uma receita secreta para manter a saúde do corpo e viço da pele, cabelo e unhas, certamente ela estaria escondida à mesa. Alguns alimentos retardam a função dos radiciais livres, estimulam a produção de colágeno, evitam a celulite e, até, atuam como agentes anti-idade.

“Esses benefícios são provenientes da ação das vitaminas e sais minerais presentes em algumas verduras, frutas e sementes”, diz Vânia Sarmento, nutricionista da Unifesp.

Ao incluir os “mocinhos da estética” na dieta em quantidade moderada, os resultados podem ser percebidos em cerca de mês. Segundo a nutricionista, vale lembrar que os efeitos são mais lentos do que os provenientes do uso contínuo de cosméticos. Isso acontece porque após a ingestão o corpo ainda precisa produzir determinada substância para, só depois, eliminar as rugas, por exemplo. No entanto, os benefícios são duradouros, já que o processo começa dentro do organismo. “Vale a pena aliar o consumo desses alimentos ao uso de cosméticos. A dupla acelera ainda mais os resultados ”, explica Vânia.

Uma boa hidratação também deve fazer parte da rotina. A água ajuda na eliminação das toxinas e a aumentar o brilho da pele.

MARIANNA PEDROZO
METRO SÃO PAULO

Cereais
Auxiliam no bom funcionamento do intestino. As sementes de linhaça também possuem essa função.

Couve
Rica em magnésio e potássio. Esses minerais atuam na eliminação da gordura, mantêm a pressão arterial e controlam os movimentos dos músculos.

Gengibre
Ótimo para a perda de gordura e celulite. Além disso, minimiza olheiras, melhora o sono, e evita a queda de cabelos.

Ovos
Fonte de vitamina A e E e um ótimo agente antioxidante. Além disso, o ovo contém os aminoácidos que auxiliam na formação de fibras musculares, elásticas e colágenas.

Salmão
Alimento número um na receita da beleza, o salmão é rico em Ômega 3, substância responsável pela regeneração celular. O atum e a sardinha também são boas fontes de Ômega 3.

Abacate
Rica em vitaminas A e E, a fruta tem função anti-inflamatória, o que inibe a inflamação das células e combate a acne e a celulite.

Tomate
Rico em licopeno, o tomate ajuda a retardar o envelhecimento, minimiza os efeitos do estresse e da radiação solar.

Manga
A fruta ajuda o organismo a eliminar toxinas e é uma boa fonte de silício – mineral essencial para a formação de colágeno.

Açaí
Poderoso alimento com função antioxidante. O açaí ainda reduz a celulite e retarda o envelhecimento.

+

Zn

o zinco é benéfico para a pele e atua no crescimento de unhas e cabelo. O mineral é encontrado em nozes, castanhas, carnes e semente de abóbora.

Se

o selênio atua na elasticidade da pele. O salmão e a castanha-do-pará são os alimentos mais ricos nesse mineral. Uma castanha-do-pará contém a quantidade ideal de selênio para ser ingerida por dia.

FOTOS: METRO INTERNACIONAL

Vingadores em forma

1 Viúva Negra: a atriz Scarlett Johansson fez treinos de artes marciais para ficar em forma para o longa "Os Vingadores". Seu treinamento foi considerado como uma experiência "dolorosa" pela revista "Vogue".

2 Capitão América: a principal missão de Chris Evans era parecer magro, grande e forte. Após o treinamento, ele diminuiu sua gordura corporal de 12% para 8%.

3 Homem de Ferro: Robert Downey Jr. fez exercícios de resistência e uma dieta rica em proteínas.

Poderoso Thor

▶ Para interpretar Thor em 'Os Vingadores', Chris Hemsworth fez treinos intensos de fisicultura

▶ Mike Knight, personal do astro, dá a receita do belo corpo

Chris exibe um corpo de dar inveja nas cenas

Todos os deuses são conhecidos por seus poderes sobrenaturais. No caso de Thor, um dos personagens do filme "Os Vingadores" – que chegou aos cinemas brasileiros na semana passada –, força, velocidade e músculos extremamente definidos são algumas de suas principais qualidades.

Infelizmente, nós, meros mortais, precisamos de muito esforço para ter um corpo semelhante ao do ator Chris Hemsworth, que interpreta o grande Thor no longa. "As pessoas querem ter o poder de um fisiculturista, mas ao mesmo tempo desejam rapidez e uma aparência esbelta", explica Michael Knight, personal trainer de Chris.

A fisicultura é benéfica, no entanto, esse tipo de corpo não é funcional para o dia a dia. Para solucionar esse impasse, Knight desenvolveu um sistema que une os dois desejos, ao deixar o corpo musculoso e esbelto ao mesmo tempo. O treinamento de Chris comprova os benefícios da descoberta do personal.

Técnicas do treinamento

A técnica usada por Knight no treinamento de Chris foi a hipertrofia muscular ou fisicultura em "off-season", período em que o atleta aumenta a massa muscular, sem se preocupar com sua definição.

Primeiro o treino é baseado em ganho de peso e pouca repetição de exercícios para aumentar a massa do corpo. Após essa etapa, as atividades são direcionadas para a perda da gordura. Para alcançar esse resultado, são misturados exercícios de musculação e artes marciais.

Passo a passo do super-herói

Para aumentar a massa corporal de Chris, o personal passou 12 semanas com o ator. O levantamento de kettlebell, peso de ferro fundido, foi usado com frequência. Segundo Knight, o peso não deve ter menos do que 24 kg. Uma dieta hipercalórica com 6 mil calorias por dia também foi inserida na rotina do ator.

Após ganhar os músculos necessários e pesar 106 kg, Chris fez um treino intensivo para perder as "gordurinhas" durante um mês. Artes marciais, circuitos e musculação foram os principais exercícios dessa etapa. "O treinamento de Chris foi baseado em movimentos rápidos. Ele não parou um minuto", conta o personal. Em uma das atividades seu coração chegou a 190 batimentos por minuto.

EMMA E. FOREST
METRO INTERNACIONAL

Exercícios do Thor

FASE 1: FISICULTURA

Para fazer esse exercício, use um kettlebell (peso de ferro fundido) de 24 kg. Primeiro apoie uma das mãos no chão e abra os braços segurando o peso na mão oposta. Uma das pernas deve estar esticada e a outra dobrada com o pé em 45 graus. Erga o braço com o peso, de forma que o pé virado seja oposto ao braço levantado. Aperte os glúteos e mantenha. Repita 5 vezes para cada lado.

FASE 2: TONIFICAÇÃO

Em uma posição de agachamento, pegue uma corda de 55 metros de comprimento em cada mão. Faça movimentos de onda com ambas as cordas durante 30 segundos. Repita cada série quatro vezes.

FASE 3: LEVANTAMENTO DE PESO

Para o levantamento de kettlebell de 24 kg, é importante deixar a coluna reta.

"Chris costuma treinar durante uma hora e meia por dia, mas o tempo depende da sua força, do seu estado de espírito, de como comeu e dormiu. Esses são os fatores que podem afetar qualquer desempenho."

MICHAEL KNIGHT, PERSONAL TRAINER DO ATOR

Novo estudo

Cientistas da Universidade de Bristol, Inglaterra, afirmam que as proteínas (moléculas que permitem a conversão de alimentos em energia e fornecem oxigênio ao sangue e aos músculos) podem não depender de água para realizar suas funções. Essa declaração está desafiando uma das crenças fundamentais em química, já que a água é responsável por grande parte das funções do organismo.

Segredos de bruxo

Estúdios da Warner Bros, no Reino Unido, abriram os cenários do filme Harry Potter para visitas
O passeio promete ser cheio de magia e surpresas

A mágica está presente em todos os ambientes

FOTOS:METRO INTERNACIONAL

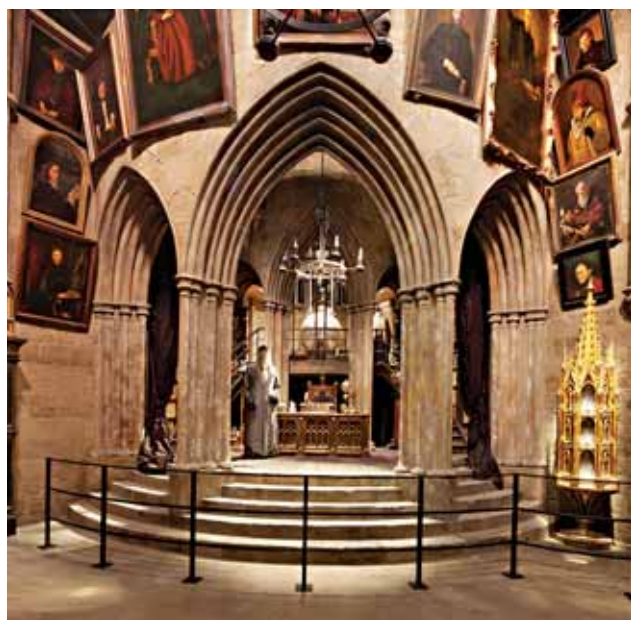
Quem disse que segredo de bruxaria não pode ser revelado?

Os Estúdios Warner Bros, na Inglaterra, colocam os fãs de Harry Potter mais próximos das magias dos filmes.

Os cenários foram abertos para que o público possa interagir e conhecer um pouco dos efeitos que acontecem por trás das câmeras.

Curiosidades são reveladas e colocam brilho nos olhos de quem admira a história, seja pelos livros, seja pelas telas de cinema.

Vale a pena conferir de perto quando for ao Reino Unido.

ROMINA MCGUINNESS
METRO INTERNACIONAL

Gabinete do poderoso

Os mil livros que cobrem as paredes do escritório de Dumbledore são listas telefônicas encapadas. Há também um telescópio empoeirado, que foi o suporte mais caro já feito para as telas de cinema. Vale a pena conhecer o famoso gabinete.

Lar doce lar de Harry

No primeiro filme, os produtores negociaram com os moradores de uma rua na vila vizinha para filmar as cenas passadas na casa de Harry. No segundo filme, os moradores, aproveitando-se da situação, começaram a pedir mais dinheiro em troca de direitos para filmar na viela.

A fim de resolver o problema e cortar custos, a equipe construiu uma rua falsa para colocar a casa do protagonista.

Majestoso Hall

Quando se entra no salão principal a sensação é de estar participando das cenas, embora ele não tenha uma decoração fiel à do filme. Todos os detalhes foram ajustados, o piso resiste há 10 anos sem desgaste e o teto tem animação digital para que o céu não seja o mesmo em todas as cenas.

Sala das poções

Não é tão assustadora como se imagina. Nas prateleiras alguns bichos de plástico estão expostos, para simular com maior fidelidade possível as salas de magia. Além dos animais, ossos e poções estão espalhados pela sala de aula.

Elenco animal

A maioria dos gatos, cachorros e corujas foi resgatada e ficou em um Centro de Treinamento para aprender os comandos do filme. As aulas duraram três meses e a coruja precisou de todo o tempo possível para aprender tudo. Já os corvos levaram um dia para absorver os ensinamentos.

Curiosidades

- A moto de Hagrid era um modelo 1960 Real Enfield modificado com um assento maior.
- Existem cerca de 17 mil varinhas à venda.
- A loja vende corujas, capas e uniformes de Hogwarts.
- O salão principal tem um Starbucks.

O gigante

Tudo na telinha e na telona acontece no improviso, nada muito rebuscado. A prova foi o jeitinho dado no tamanho de Hagrid. Para dar o efeito de gigante ao personagem, a equipe o colocava sentado em uma cadeira alta e próxima às câmeras. Dando suporte à altura do grande, o resto do elenco ficava sentado longe das câmeras e em cadeiras mais baixas.

3 esporte

“Falei no vestiário que iria fazer gol e fiz. Fiz dois, mas poderia ter feito mais para selar a classificação.”
RAFAEL SOBIS

Estaduais

SANTA CRUZ 0 x 0 SPORT

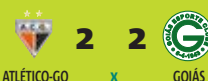
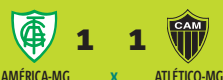
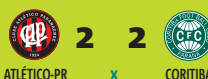
FLUMINENSE 4 x 1 BOTAFOGO

CAXIAS 1 x 1 INTER

ATLÉTICO-PR 2 x 2 CORITIBA

AMÉRICA-MG 1 x 1 ATLÉTICO-MG

ATLÉTICO-GO 2 x 2 GOIÁS

VITÓRIA 0 x 0 BAHIA

▶ Tricolor saiu perdendo, mas empatou e, beneficiado pela expulsão de Lucas, humilhou o Botafogo no primeiro jogo da final do Carioca, no Engenhão

DHAVID NORMANDO/PHOTOCAMERA

Flu vira, goleia e só catástrofe tira o título

▶ Tricolor toma o primeiro gol, mas após expulsão do botafoguense Lucas faz 4 a 1 no primeiro jogo da final do Carioca ▶ Flu pode perder por até 2 a 0, domingo ▶ Fred faz golaço de bicicleta

O técnico do Fluminense, Abel Braga, disse, antes do jogo, que dificilmente o placar do primeiro jogo da final do Campeonato Carioca definiria qualquer coisa antes do confronto do próximo domingo. Estava errado. Ele mesmo comemorou o quarto gol da vitória tricolor sobre o Botafogo, por 4 a 1, ontem, no Engenhão como se fosse um título.

A vantagem do Flu para o segundo jogo é fantástica: pode perder por até 2 a 0, que ainda assim é campeão. O Botafogo precisa vencer por 3 a 0 para ir para os pênaltis, ou golear por pelo menos quatro gols de diferença.

O Botafogo saiu na frente com Renato no início do jogo. Fred empatou ainda na primeira etapa com um golaço, de bicicleta. O Fluminense voltou melhor do intervalo e merecia o gol da virada, tarefa que ficou mais fácil após a expulsão correta do botafoguense Lucas, aos 15 minutos.

Na sequência, Rafael Sóbis virou. Oswaldo de Oliveira tentou fechar o Alvinegro com Herrera no lugar de Loco Abreu, mas, inspirado, Sóbis marcou mais um. Sob os gritos de ‘olé’ da arquibancada, Marcos Junior fechou o placar. METRO RIO

4 x 1

Fluminense: Diego Cavalieri; Bruno, Gum, Leandro Euzébio e Carlinhos; Edinho, Jean, Deco (Wagner) e Thiago Neves (Marcos Junior); Rafael Sobis e Fred (Rafael Moura). **Técnico:** Abel Braga

Botafogo: Jefferson; Lucas, Antônio Carlos, Fábio Ferreira e Márcio Azevedo; Marcelo Mattos, Renato, Fellype Gabriel, Maicosuel (Jadson) e Elkeson (Caio); Loco Abreu (Herrera). **Técnico:** O. de Oliveira

• **Estádio:** Engenhão • **Gols:** Renato aos 8’ e Fred aos 43’ do 1º tempo; Rafael Sobis aos 12’ e 19’ e Marcos Junior 38’ do 2º
• **Arbitragem:** Luis Antônio Silva Santos, o Índio (RJ), auxiliado por Ediney Mascarenhas (RJ) e Leonardo de Castro Moreira (RJ)
• **Pagantes:** 28.182 • **Renda:** R$ 232.015

Santos sai na frente na final do Paulista

RODRIGO COCA/ FOTOARENA

▶ Santos ficou bem perto do tri, que não vem desde o time de Pelé (67, 68 e 69)

Com dois gols de Neymar e um de Ganso, o Santos goleou o Guarani, ontem, no Morumbi, por 3 a 0, no primeiro jogo da final do Paulistão, e abriu boa vantagem para o jogo de volta. O resultado deixou o Peixe mais perto do tricampeonato estadual, o primeiro desde a década de 1960 (1967, 68 e 69). Para tanto, o time de Muricy Ramalho poderá até perder por 2 a 0, domingo, novamente no Morumbi.

Outros estaduais

Nos demais estaduais, uma enxurrada de empates. No Mineiro, o Atlético-MG saiu na frente com André, aos 34 minutos do segundo tempo, mas Bruno Meneghel empatou aos 48, na primeira final disputada no recém-inaugurado Estádio do Independência, em Belo Horizonte. O Galo joga pelo empate no confronto de volta, domingo, por ter feito melhor campanha.

Pelo Paranaense, Coritiba e Atlético-PR empataram em 2 a 2 no Couto Pereira. Éverton Vieira abriu o placar para o Coxa, o Furacão virou com Bruno Mineiro e Ligüera, e Anderson Aquino igualou o marcador.

No Nordeste, os três jogos decisivos, pela primeira partida das respectivas finais estaduais, acabaram sem gols. Pelo Pernambucano, Sport e Santa Cruz não saíram do 0 a 0, mesmo placar de Vitória x Bahia, pelo Baiano, e de Fortaleza x Ceará, pelo Cearense.

No Campeonato Goiano, Atlético-GO e Goiás empataram em 2 a 2. Ricardo Goulart e Amaral fizeram os gols esmeraldinos e Bida e Elias marcaram para o Dragão. No Gaúcho, Inter e Caxias empataram em 1 a 1, gols do colorado Oscar e de Mateus. Domingo, o Inter joga pelo empate. METRO RIO

Ofensivo, Vasco embarca para Buenos Aires

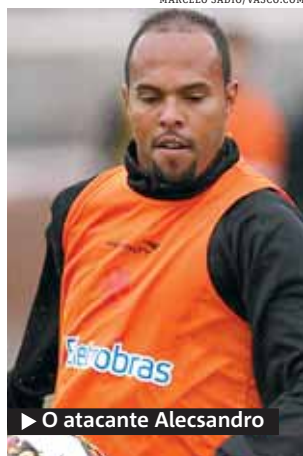
MARCELO SADIO/VASCO.COM

▶ O atacante Alecsandro

O Vasco embarca hoje para Buenos Aires, onde enfrenta o Lanús, quarta-feira, às 22h, pelo jogo de volta das oitavas de final da Libertadores. O jogo de ida, semana passada, em São Januário, terminou 2 a 1 para o cruz-maltino, que joga pelo empate na Argentina.

Caso o Lanús vença por 1 a 0 ou por dois gols de diferença, segue na competição. Vitória argentina por um gol de diferença, mas com o Vasco marcando dois ou mais gols (3 a 2, por exemplo) dá a vaga ao Vasco.

O técnico Cristóvão Borges deve escalar o mesmo time do jogo de ida, com Juninho Pernambucano e Felipe no meio, e um esquema ofensivo na frente, com Diego Souza, Eder Luis e Alecsandro no ataque.

O zagueiro Dedé, que se recuperou recentemente de um edema ósseo na perna direita, deve viajar, mas vai começar no banco.

No coletivo de sábado, Cristóvão mexeu no time apenas para colocar Fellipe Bastos no lugar de Romulo, que se recupera de uma dor no músculo adutor da coxa direita. Os titulares venceram por 1 a 0, com um gol de Alecsandro. METRO RIO

Joel: 3 meses de Fla, sem motivos para comemorar

Eliminado da Libertadores e fora da final do estadual, técnico rubro-negro passou as últimas duas semanas recluso em sua sala, no Ninho do Urubu

MAURÍCIO VAL/VIPCOMM

▶ Em três meses, Joel viu o Flamengo ser eliminado dos dois primeiros torneios do ano e teve o cargo ameaçado

O técnico Joel Santana completou ontem três meses no comando do Flamengo, nesta que é a sua quinta passagem pelo clube da Gávea. Mas, ele não tem motivos para comemorar.

Joel ganhou mais do que perdeu no comando do Fla – são 19 jogos, com 12 vitórias, dois empates e cinco derrotas, um aproveitamento de 66% –, mas a campanha foi desastrosa. Eliminado da Libertadores e fora das finais do Carioca, Joel não fala com a imprensa há mais de 15 dias e mal apareceu em campo para treinar o time nas últimas duas semana, ficando recluso em sua sala no Ninho do Urubu.

Na Libertadores, principal competição do ano para o rubro-negro, que sonha em conquistar novamente o título que comemorou apenas uma vez, em 1980, o Flamengo fez seis partidas, com duas vitórias, dois empates e duas derrotas. Campanha que fez o time ser o único dos seis brasileiros no torneio a deixar a competição ainda na primeira fase. METRO RIO

19
partidas tem o técnico Joel Santana no comando do Flamengo nesta que é a quinta passagem dele pela Gávea. Até agora são 12 vitórias, dois empates e cinco derrotas.